

TEMA 1

APROXIMACIÓ CONCEPTUAL A L'HANDBOL I BASES DIDÀCTIQUES PER AL SEU ENSENYAMENT

ÍNDEX

1. L'HANDBOL COM A ESPORT

- 1.1. Evolució històrica del terme *esport*
- 1.2. Definició d'*esport*
- 1.3. Trets definitoris de l'*esport*
- 1.4. Valors educatius de l'*esport*

2. L'HANDBOL EN LES CLASSIFICACIONS DE L'ESPORT

3. ELS ESPORTS COL·LECTIUS

- 3.1. Concepte i ubicació de l'handbol
- 3.2. Característiques bàsiques dels esports col·lectius
 - 3.2.1. Estructura formal dels esports col·lectius: el reglament
 - 3.2.2. Estructura funcional dels esports col·lectius

4. ETAPES D'APRENTATGE

- 4.1. Etapes de l'aprenentatge segons Oliver i Sosa
- 4.2. Etapes de l'aprenentatge segons Torrescusa

5. EL JOC I LES HABILITATS MOTRIUS BÀSIQUES EN HANDBOL

6. L'ENSENYAMENT DE L'HANDBOL

- 6.1. Directrius genèriques per a l'ensenyament de l'handbol
- 6.2. L'ensenyament de l'handbol en el context escolar
- 6.3. L'ensenyament de l'handbol en el context esportiu
 - 6.3.1. En les categories de prebenjamí, benjamí i aleví
 - 6.3.2. L'handbol en la categoria infantil

6.4. L'ensenyament de l'handbol com a assignatura

7. BIBLIOGRAFIA

1. L'HANDBOL COM A ESPORT

1.1. Evolució històrica del terme *esport*

Per a entendre l'evolució històrica del terme esport és important conèixer l'evolució de la història de l'esport, la qual podem resumir de la manera següent:

1. L'esport en la prehistòria: jocs de supervivència



Figura 1. Jocs de supervivència en la prehistòria

2. L'esport en l'antiguitat

- Jocs de guerra
- Jocs fúnebres
- Jocs rituals
- Jocs espectaculars



Figura 2. Jocs en l'antiguitat

3. L'esport en l'edat mitjana

- Jocs de cavalleria
- Jocs populars



Figura 3. L'esport en l'edat mitjana

4. L'esport en el Renaixement

- Calcio storico
- Medicina esportiva

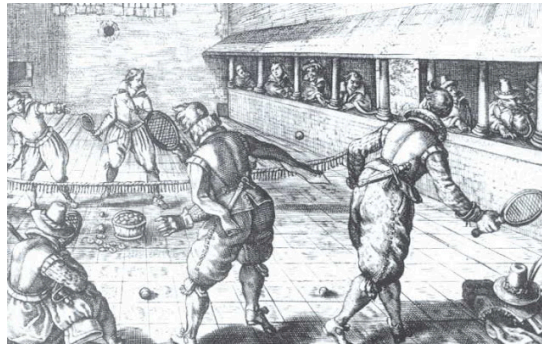


Figura 4. L'esport en el Renaixement

L'esport en la modernitat

- Amateurisme
- Professionalisme
- Olimpisme
- Industrialisme



Figura 5. L'esport en l'edat moderna

L'esport en la vida moderna

- Recreatiu
- Formatiu
- Estètica
- Social
- Saludable
- Adaptat
- Espiritual



Figura 6. L'esport en la vida moderna

Així doncs, el concepte d'esport ha anat variant amb el pas del temps i l'evolució de les societats en què s'ha desenvolupat. Fins a finals del segle XIX el seu significat es relacionava amb la recreació, mentre que en el segle XX girava al voltant de *l'activitat competitiva amb exercici físic i que es realitza amb esportivitat* (la qual cosa suposa el respecte a unes regles). Aquesta concepció està marcada per dos esdeveniments importants: el primer d'aquests, protagonitzat per Thomas Arnold, en el segle XIX, en introduir els jocs esportius com un recurs educatiu dels col·legis anglesos; i el segon, pel baró de Coubertin i la seua instauració dels jocs olímpics a principis de segle.

1.2. Definició d'esport

No hi ha una definició d'esport que estiga consensuada. Com hem esmentat en l'apartat anterior, el terme *esport* ha anat evolucionant al llarg

dels anys, per tant, hi ha moltes definicions. A continuació destaquem algunes definicions proposades per autors importants en el context de l'activitat física i l'esport:

Per Coubertin, el 1922 (pres de Cagigal, 1959): "L'esport és el cultiu voluntari i habitual de l'exercici muscular, fonamentat en el desig de progrés i susceptible d'arribar fins al risc".

D'altra banda, Jose María Cagigal (1959) ho va definir com "divertiment liberal, espontani, desinteressat, en i per l'exercici físic, entès com a superació liberal pròpia o aliena i, més o menys, sotmès a regles".

Parlebas (1981) ho va definir com "una situació motriu de competició reglada i institucionalitzada". I. Hernández (1994): "L'esport és una situació motriu, lúdica, de competició, reglada i institucionalitzada".

Segons les definicions més actuals proposades pels diferents autors, aquestes coincideixen que el terme *esport* comporta els aspectes següents: activitat física i mental, regles o normes, competició, diversió i joc. En aquest sentit, per exemple, el *Diccionario Oxford de Medicina y Ciencias del Deporte* no fa referència a una definició concreta del terme *esport*, però al·ludeix als diversos àmbits en què és practica i a les diferents concepcions d'aquest.

1.3. Trets definitoris de l'esport

Resumint les aportacions de les diferents definicions, en podem extraure els trets que permeten conèixer l'essència de l'esport; serien aquests:

- a. Situació motriu (exercici físic): el moviment necessàriament ha de ser present i constituir una part insubstituïble de la tasca.
- b. Joc: es dona una participació voluntària amb propòsits de recreació i amb finalitat en si mateixa.

c. Competició: es dona un desig de superació, de progrés, de rendiment elevat, bé per superar-se a si mateix o bé per vèncer l'adversari.

d. Regles: perquè hi haja esport hi ha d'haver regles que definisquen les característiques de l'activitat i el seu desenvolupament.

e. Institucionalització: hi ha una institució, generalment anomenada federació, que fixa els reglaments de joc i organitza els campionats.

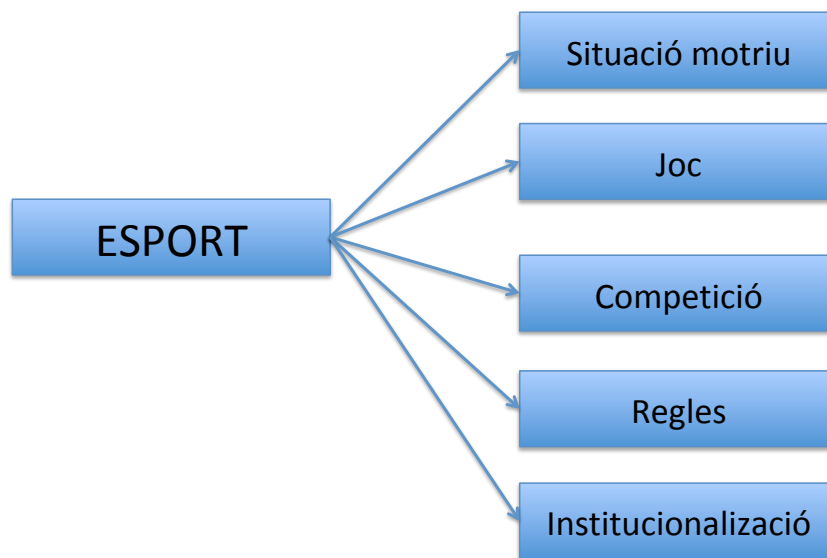


Figura 7. Trets definitoris de l'esport

1.4. Valors educatius de l'esport

Els valors que transmet l'esport són diversos, i tots aquests es poden i s'haurien d'aprendre a una edat primerenca. No cal imposar-los, sinó simplement enfocar-los tots i cadascun com una necessitat d'aprenentatge.

a. Compromís: L'esport comporta compromís amb alguna cosa o amb algú, els xiquets saben que certs dies de la setmana i a una hora determinada no poden fer plans perquè han d'anar a entrenar. Aprenen que no poden *fallar* al seu equip i han d'assistir als entrenaments i competicions tot i que els altres plans siguen temptadors.

b. Treball en equip: És un valor important dins la nostra vida, ja que es treballarà en equip en moltes ocasions: acadèmiques, laborals i/o familiars. El treball cooperatiu és un valor que s'ha d'adquirir des de petits.

c. Responsabilitat: Per exemple, "preparar la motxilla", és un nou aprenentatge, mai ha de ser vist com una càrrega, el xiquet o la xiqueta ha de tenir responsabilitats sempre d'acord amb la seua edat.

d. Esforç: Dia a dia en l'entrenament els xiquets i xiquetes aprenen que cal esforçar-se per a aconseguir aquells èxits que volen; aquest valor anomenat esforç s'acaba generalitzant a altres àmbits com pot ser l'àmbit educatiu.

e. Autoconeixement: L'esport ajuda a aprendre a conèixer-se millor un mateix, conèixer els límits, conèixer les habilitats i capacitats en general.

f. Perseverança: Molt similar al valor de l'esforç, els xiquets i xiquetes aprenen gràcies a la pràctica esportiva que no poden renunciar i han d'insistir fins a aconseguir el que es proposen.

g. Convivència: En l'entrenament, al vestidor, en els campionats, els xiquets i xiquetes aprenen a conviure amb els seus companys i altres integrants de la plantilla i aquesta convivència es porta a terme d'una manera sana.

h. Obediència: Cal obeir normes i regles que al cap i a la fi ajuden a integrar el valor de l'obediència als més petits de la casa.

i. Cura per la salut: Els xiquets i xiquetes aprenen a tenir cura de si mateixos i de la seua salut. La pràctica esportiva, a més, els porta a triar una vida molt més saludable. L'esport pot ser considerat com un mitjà d'educació sempre que estiga pensat, estructurat i organitzat en funció de les característiques de l'assignatura que l'acull (Educació Física) i la institució en la qual es practica (escola), per tant, es pot considerar un mitjà més de què disposa l'Educació

Física per a contribuir al desenvolupament integral dels xiquets i xiquetes i no com un fi en si mateix. Per això ha de:

- Buscar el desenvolupament dels aspectes motrius, afectius, cognitius i socials dels xiquets i xiquetes, prioritzant la salut, entesa com a benestar integral de la persona, per davant del rendiment.

- Supeditar-se a la consecució dels objectius educatius i generals de la EF (objectius generals i objectius generals d'àrea).

- Tenir en compte l'educació en valors, normes, hàbits i actituds cap a la pràctica esportiva i cap als altres, com a mitjà de socialització i educació per a la salut.

- Tenir un caràcter obert i democràtic, en el qual tinguem cabuda les persones amb necessitats educatives especials.

- Usar adequadament la competició. La competició no és roïna en si mateixa; el que és realment roïn des del punt de vista educatiu és donar-li massa importància, anteposant la victòria a la diversió, la participació o l'aprenentatge. És per això que perquè la competició es plantege de manera adequada cal tenir en compte una sèrie de recomanacions:

- > Utilitzar-la com a mitjà de motivació i superació d'un mateix i restar importància al fet de guanyar o perdre.

- > No imposar-la.

- > Tenir en compte les possibilitats tant fisiològiques com psicològiques dels xiquets i xiquetes abans d'organitzar les competicions (tipus d'esports, durada dels partits, materials, empleats, complexitat de les regles...).

- > Convidar a la participació de qualsevol que ho desitge. No ha de ser selectiva ni eliminatòria.

- > Els grups han de ser homogenis i han de ser formats amb intervals inferiors a dos anys (10-11, 12-13...).

- > La competició mixta s'ha de fer abans de l'adolescència, més tard es promourà però no s'imposarà.
 - Aportar al xiquet una formació polivalent multiesportiva.
 - Posseir un enfocament ludicorecreatiu, que respecte els interessos dels alumnes plantejant activitats motivadores.
 - Respectar els principis educatius bàsics com:
- > Educació per al coneixement d'un mateix.
 - > Educació activa: l'alumne participa en el procés d'ensenyament-aprenentatge.
 - > Adequació a l'alumne.
 - > Aprenentatge significatiu, que relacione el que s'ha après amb aprenentatges anteriors.
 - > L'aprenentatge ha de ser interdisciplinari, relacionat amb altres àrees.

2. L'HANDBOL EN LES CLASSIFICACIONS DE L'ESPORT

Són moltes les classificacions existents realitzades amb la finalitat de situar els diferents esports dins d'un marc de referència que ajude a conèixer les similituds i diferències entre els uns i els altres. No obstant això, nosaltres utilitzarem la classificació més utilitzada, la de Parlebas (1981), perquè constitueix un mitjà útil per a establir aquest criteri de referència perseguit.

Aquest autor desenvolupa una classificació dels esports basada en el nivell d'“incertesa” present, el qual pot variar en funció de tres factors –el medi, el company o els companys i l'adversari o els adversaris–, per tant, es distingeix entre:

Incertesa provocada per la relació del participant amb el medi exterior o entorn físic (I). Incertesa en la interacció amb el company o els companys o comunicació motriu (C).

Incertesa en la interacció amb l'adversari o els adversaris o contracomunicació motriu (A). La combinació d'aquests nivells d'incertesa genera 8 categories d'esports, les quals s'exposen a continuació:

Taula 1. Categories de la classificació dels esports de Parlebas

Cat.	Den.	Company/s (C)	Adversari/s (A)	Medi (I)	Esports
1a	C A I	No incertesa	No incertesa	No incertesa	Natació en piscina Atletisme en pista.
2a	C A I	No incertesa	No incertesa	Incertesa (medi físic)	Esquí alpí Escalada en solitari
3a	C A I	Incertesa	No incertesa	No incertesa	Patinatge en parella Rem
4a	C A I	Incertesa	No incertesa	Incertesa	Alpinisme en cordada Vela amb company
5a	C A I	No incertesa	Incertesa	No incertesa	Lluita, esgrima, tennis, bàdminton
6a	C A I	No incertesa	Incertesa	Incertesa	Esquí de fons
7a	C A I	Incertesa	Incertesa	Incertesa	Jocs populars per equips
8a	C A I	Incertesa	Incertesa	No incertesa	La major part dels esports d'equip (bàsquet...)

La no incertesa s'indica amb un traç sota el paràmetre considerat (Cat.)

Categoria / (Den.) Denominació.

Parlebas anomena situacions sociomotrius aquelles en les quals l'individu actua amb companys o adversaris; i situacions psicomotrius, aquelles en les quals l'individu actua en solitari.

3. ELS ESPORTS COL·LECTIUS

Alguns autors (Hernández *et al.*, 1994) van observar que els esports col·lectius ubicats dins de la categoria C A I presentaven diferències clares que determinaven les accions que es donen en la seua pràctica.

Per a eliminar aquesta variabilitat es van incloure dos nous factors:

a. L'ús de l'espai que fan els jugadors, si ocupen espais separats o comparteixen el mateix espai (separat o comú).

b. La participació dels jugadors en el joc, que pot ser alternativa si cada vegada li toca interactuar amb el mòbil a un equip, o simultània si qualsevol dels equips pot fer-ho en qualsevol moment. Amb la inclusió d'aquests factors, la categoria C A I, queda, al seu torn, dividida així:

Taula 2. Categories esportives dins del grup C A I, suggerides per Blázquez i Hernández Moreno (en Hernández, 1994).

Company	Adversari	Medi	Espai	Participació	Esports
Incertesa	Incertesa	No incertesa	Separat	Alternativa	Voleibol, tennis, bàdminton, ping-pong...
			Comú	Alternativa	(Frontó, pilota basca, cesta punta...) per equips.
				Simultània	Bàsquet, handbol, futbol, hoquei, rugbi, waterpolo...

Hernández Moreno (1994) matisa la classificació de Parlebas de les situacions motrius quan indica que les psicomotrius es divideixen al seu torn en:

> Situacions en què la incertesa se situa en l'espai d'acció (ex.: esquí, curses de cros, escalades en solitari, etc...).

> Situacions en les quals no hi ha cap tipus d'incertesa (ex.: natació, curses d'atletisme en pista, etc.).

Malgrat aquesta divisió dels esports col·lectius, la categoria corresponent als esports d'invasió continua sent molt àmplia ja que encara podem distingir entre grups d'esports en funció de diversos criteris, tal com apareix en la taula.

Taula 3. Classificacions dels esports col·lectius d'invasió en funció de diversos criteris.

Criteris	Classificació
Mida de la pista	Pista gran, pista petita
Superfície de la pista	Parquet, herba, gel, aigua
Implement	Sense implement o amb implement
Contacte físic	Sense contacte, amb un poc de contacte, amb un nivell alt de contacte
Forma de marcar	De porteria (amb porter o amb jugadors que s'oposen a la mateixa línia de gol), de diana (sense porter)

3.1. Concepte i ubicació de l'handbol

L'handbol se situa dins dels esports col·lectius d'invasió, practicat en pista petita i dura, jugat amb la mà i caracteritzat per la consecució de gol marcant en una porteria, amb porter.

3.2. Característiques bàsiques dels esports col·lectius

Els esports col·lectius són aquells en els quals s'enfronten dos equips. Els jugadors de cada equip cooperen entre si, coordinant les seues accions, per a vèncer als jugadors de l'equip oponent.

Podem distingir dos tipus d'estructura en els esports col·lectius: l'estructura formal i l'estructura funcional. L'estructura formal la determina el reglament o conjunt de regles que determinen tots els aspectes del joc. L'estructura funcional és conseqüència de l'anterior i està composta per: la comunicació

motriu, l'espai motor, el temps motor, els mitjans tecnicotàctics individuals, els mitjans col·lectius i els sistemes de joc.

3.2.1. Estructura formal dels esports col·lectius: el reglament

El reglament determina els elements estructurals de l'esport, que són:

1. Mòbil o objecte, que pot ser llançat pel jugador (bola, pilota, *frisbee*...).

2. Espai o terreny de joc a l'interior del qual es desenvolupa el partit. És estable i pot ser compartit o separat, de manera que cada equip es trobe en una part.

3. Formes de jugar amb el mòbil.

4. Meta o metes que s'han d'aconseguir o defensar. Varien segons els esports (porteria, cistella, línia a terra, a la paret, xarxa...).

5. Forma determinada de puntuació.

6. Participació dels jugadors.

7. Sancions disciplinàries.

8. Regulació dels temps (durada del partit, temps de possessió, etc...).

9. Relació amb els companys.

10. Relació amb els adversaris.

El reglament determina els elements estructurals de l'esport, que són:

1. Mòbil o objecte, que pot ser llançat pel jugador (bola, pilota, *frisbee*...).

2. Espai o terreny de joc a l'interior del qual es desenvolupa el partit. És estable i pot ser compartit o separat, i cada equip es troba en una part.

3. Formes de jugar amb el mòbil.

4. Meta o metes que s'han d'aconseguir o defensar. Varien segons els esports (porteria, cistella, línia a terra, a la paret, xarxa...).

5. Forma determinada de puntuació.

6. Participació dels jugadors.

7. Sancions disciplinàries.
8. Regulació dels temps (durada del partit, temps de possessió, etc...).
9. Relació amb els companys.
10. Relació amb els adversaris.

3.2.2. Estructura funcional dels esports col·lectius

L'èxit en aquests esports, a més que depèn dels mateixos factors que els esports individuals (tècnica, capacitats físiques i capacitats mentals), també depèn en gran mesura del domini de la tàctica individual (presa de decisions) i col·lectiva (sistemes de joc).

Analitzem els diferents aspectes que determinen aquesta estructura funcional:

La comunicació motriu

Indica la forma de relacionar-se amb els companys i amb els adversaris. Quan parlem de la comunicació entre companys, diem que pot ser verbal o no verbal. Per exemple, puc demanar a un company que em passe cridant "passa" o assenyalant amb el dit el lloc on vull que llance la pilota. Pel que fa a la comunicació amb els adversaris, anomenada contracomunicació, està determinada pel reglament, que indica el grau de proximitat i contacte permesos (per exemple, en rugbi es permet un grau de contacte molt més gran que en el futbol).

Un tipus de contracomunicació són les fintes, dirigides fonamentalment a enganyar l'adversari a través dels moviments. Els esports col·lectius es caracteritzen per la importància d'una comunicació adequada amb els companys i adversaris; amb els primers, per a assegurar una col·laboració adequada; amb els segons, per a enganyar-los i obtenir avantatges.

L'espai motor

Es refereix a la forma i mida del camp de joc i també a la col·locació i els desplaçaments dels jugadors en aquest. El camp de joc pot estar dividit, de manera que cada equip se situe en una part, o pot estar compartit pels dos equips, de manera que els seus jugadors s'hi situen lliurement. En els esports col·lectius la utilització adequada de l'espai motor és determinant del rendiment individual i de l'equip.

El temps motor

Indica com se succeeixen les fases del joc o períodes d'atac i defensa. Està condicionat per la situació dels jugadors a la pista. En els esports d'espai separat, les fases d'atac i defensa estan molt clarament establides, ja que els equips hi intervenen per torns i quan un equip es troba en defensa l'altre està en atac.

En els esports d'espai compartit l'equip en possessió de la pilota es troba en atac i l'equip que no el posseeix està en defensa. En alguns esports, com la modalitat de dobles en frontó, hi ha torns d'intervenció per a cada equip, però en altres esports, com l'handbol o el bàsquet, en qualsevol moment l'equip que defensa pot recuperar la pilota i passar a atacar.

La fase de l'atac immediatament posterior a la recuperació, en la qual l'equip busca arribar a una posició de llançament abans que l'altre equip organitze la seua defensa, s'anomena contraatac. La fase de la defensa immediatament posterior a la pèrdua de la pilota, en la qual l'equip defensor retrocedeix cap a la porteria per a organitzar la seua defensa, s'anomena balanç o replegament defensiu. En els esports col·lectius els jugadors i equips han d'ajustar la seua conducta constantment a la fase de joc en què aquest es trobe.

Els mitjans tecnicotàctics individuals

Són els moviments (per exemple, passar, llançar, etc.) que realitzen els esportistes per a aconseguir els objectius o finalitats tàctiques de l'esport (per

exemple, assegurar la possessió de la pilota, avançar i marcar). L'elecció d'uns o altres (passar o llançar), o d'una modalitat o una altra (passar bombejat o picat), depenen de la situació del joc. Els esports col·lectius es caracteritzen per posseir gran quantitat de mitjans tecnicotàctics individuals que els jugadors han de dominar i ser capaços de realitzar-los amb varietat, ajustats a la situació, en presència d'adversaris i en condicions de fatiga.

Els mitjans tàctics col·lectius

Són els moviments coordinats que fan diversos jugadors per aconseguir un determinat objectiu o finalitat tàctica. La seua manifestació s'ha d'adaptar a la situació de joc. Per exemple, a través d'una passada i va en profunditat els atacants busquen rebre la pilota en un espai lliure més proper a la porteria. Les passades d'anada i tornada poden realitzar-se de manera diferent (per exemple, directes, picats, bombejats) en funció de la ubicació dels defensors. En els esports col·lectius els jugadors no juguen sols i han de poder col·laborar amb els seus companys per a obtenir un millor rendiment, tant en atac com en defensa.

Els sistemes de joc

Són plans d'intervenció en atac i en defensa a través dels quals es coordinen les posicions i accions de tots els jugadors de l'equip per aconseguir que el joc siga com més efectiu millor i oposar-se al sistema de joc de l'altre equip. Per exemple, un equip pot plantejar una defensa individual o en zona per intentar oposar-se a l'atac de l'altre equip. En els esports col·lectius els sistemes de joc són determinants de l'organització i funcionament de tot l'equip. De res serveix a l'equip tenir un bon funcionament individual si després les intervencions dels jugadors no estan coordinades.

4. ETAPES D'APRENTATGE

Hi ha diferents propostes de models d'iniciació específica a l'handbol. Considerarem com a models representatius dels models integrats d'iniciació a l'handbol el de la Federació Francesa d'Handbol (1979), que suposa l'antecedent dels models següents, els proposats per Juan L. Antón (1990a, 2002), el d'Oliver i Sosa (1996) i el de Torrescusa (els aspectes essencials d'aquests models els exposem a continuació en la taula següent:

Taula 4. Models integrats d'iniciació a l'handbol.

	ETAPA				
	1a etapa		2a etapa		
FEDERACIÓ FRANCESA D'HANDBOL (1979)	1a fase "Guanyar terreny"	2a fase "10 passades orientats"	1a fase: Defensa a dues línies (3x3), atac a la defensa en dues línies.	2a fase: Defensa individual i atac a la defensa individual.	No la considera
JUAN ANTÓN (1990a)	Etapa de formació-iniciació (8-12 anys).		Etapa de configuració (13-14 anys).		Etapa de consolidació de l'aprenentatge específic (15-16 anys).
TORRESCUSA (1991)	Iniciació Esportiva A) Aprenentatge global B) Aprenentatge específic		Aprenentatge específic		Perfeccionament
OLIVER I SOSA (1996)	Etapa 1 Iniciació específica		Etapa 2 Aprenentatge específic		Etapa 3 Aprenentatge especialitzat
JUAN ANTÓN (2002)	Fase d'aprenentatge previ de les habilitats, destreses específiques o intencions tàctiques	Fase de desenvolupament específic inicial dels mitjans tàctics grupals en forma globalitzada.		Fase de desenvolupament bàsic analítico-sintètic dels mitjans grupals en dispositiu d'atac.	Fase de perfeccionament, estabilització i integració en el sistema de joc.

A continuació, explicarem d'una manera més detallada les propostes d'Oliver i Sosa (1996) i les de Torrescusa (1991).

4.1. Etapes de l'aprenentatge segons Oliver i Sosa

Pel que fa al model d'Oliver i Sosa (1996), aquests autors recullen els aspectes clau de models anteriors i proposen un procés d'iniciació a l'handbol en tres etapes, denominades:

- Etapa 1. Iniciació específica: en aquesta s'inicia els alumnes en la pràctica esportiva de l'handbol.
- Etapa 2. Aprenentatge específic: s'hi busca la consolidació de l'aprenentatge de l'handbol.
- Etapa 3. Aprenentatge especialitzat: en la qual es va perfilant l'especialització en llocs específics.

Consideren que aquesta divisió del procés d'iniciació permet:

- ❖ Ubicar l'alumnat en una d'aquestes en funció del seu grau de coneixement i execució.
- ❖ Facilitar la tasca del docent, ja que estableix els objectius, continguts, activitats bàsiques i criteris d'avaluació de cada etapa.

Etapa 1. Iniciació específica

En aquesta etapa els autors suposen que els alumnes o jugadors tenen el seu primer contacte específic amb l'handbol dins d'un entorn educatiu, de manera que busquen que l'esport s'adapte a les característiques dels xiquets i xiquetes. Proposen la utilització d'una metodologia global, en la qual utilitzen jocs simplificats, per a aportar un ampli i variat conjunt d'experiències que ajuden a ampliar el bagatge motor i assegurin la varietat dins de cada element tecnicotàctic.

Per a facilitar el joc plantegen els jocs en espais amplis. La utilització de jocs simplificats, plantejats de forma progressiva, juntament amb l'existència

d'autonomia per part dels alumnes per a organitzar-se i la realització de reflexions sobre el joc, permeten que la metodologia d'ensenyament es base en la recerca.

Plantegen l'ensenyament paral·lel dels mitjans tecnicotàctics individuals i busquen fomentar el pensament tàctic, creatiu i ajustat als paràmetres d'espai, temps, companys, oponents i pilota, sense respostes estereotipades, de manera que no té especial rellevància la perfecció en l'execució tècnica. Busquen que el xiquet o la xiqueta entenga la importància de l'encadenament d'accions per a aconseguir els objectius associats a la situació de joc.

El desenvolupament de les capacitats físiques no és un objectiu prioritari, sinó que aquestes es desenvolupen de manera associada a l'execució dels jocs proposats. Així mateix, també plantegen la millora general de la coordinació motriu a través dels continguts d'handbol. Pel que fa al joc de l'handbol, consideren convenient fer una adaptació de les regles caracteritzada pels aspectes següents:

- Major permissivitat en la manera de jugar la pilota, en funció del menor domini i control motor i del menor nivell d'execució dels elements tècnics, especialment en la senyalització dels passos i dobles.
- Major permissivitat en la lluita per la pilota en l'aire i menor permissivitat en les empentes, agafades, colps, etc. al contrari.
- Manteniment de la igualtat numèrica (sanció al jugador, no a l'equip).
- Adaptació de les mesures del terreny de joc i porteries.
- Distribució equilibrada del temps real de joc de cada jugador. Tots juguen aproximadament el mateix temps.
- Tots els jugadors han d'actuar com a porters al llarg del temps.

Etapla 2. Aprenentatge específic

En aquesta etapa els autors consideren que els jugadors o alumnes ja han

passat per l'etapa anterior, per la qual cosa plantegen majors exigències (de precisió, velocitat, varietat i encadenaments) quant a l'aprenentatge dels elements tecnicotàctics específics de l'handbol. Sorgeix el treball bàsic dels elements del porter tot i que encara no hi ha especialització en aquest lloc.

En aquesta fase, a més, incorporen la iniciació als mitjans tàctics bàsics, buscant no automatitzar sinó utilitzar-los intel·ligentment, i comencen a contemplar el desenvolupament de les capacitats físiques bàsiques en transició cap a una preparació física més específica. Plantegen la utilització d'una metodologia més analítica, sense abandonar la globalització, ja que consideren necessària la pràctica de joc real.

Així, continuen l'ensenyament mitjançant la recerca, però introdueixen la instrucció directa. En els jocs i activitats plantejats els espais es van reduint, de manera que són progressivament més similars al joc real, i exigeixen més precisió en les accions. Així mateix, en la construcció de les tasques consideren necessari augmentar progressivament el grau de complexitat en cada un dels mecanismes de percepció, anàlisi, presa de decisió i execució (solució motriu).

Quant als sistemes de joc que cal utilitzar en la pràctica del joc global, plantegen que la defensa s'organitze en dues línies esglaonades en el mig camp propi, amb intenció d'interceptar la pilota; els jugadors ocupen una línia o l'altra en funció de la seua situació en atac en el moment de perdre la pilota (els que eren a la primera línia ofensiva ocupen la primera línia defensiva).

El comportament dels defensors s'ha de regir per la intenció tàctica d'interceptar la pilota o provocar errors en l'adversari i, davant la recuperació de la pilota, iniciar el contraatac. Respecte a l'atac, consideren que se n'ha de plantejar l'organització en dues línies esglaonades. Pel que fa a les premisses de joc dels jugadors, aquests han de realitzar desmarcatges entre les línies

defensives per a rebre i tornar a passar (passada i va) o progressar fins a trobar una bona posició de llançament.

D'altra banda, busquen ampliar el coneixement de les regles de joc i proposen una adaptació de les regles menor que en la fase anterior, caracteritzada per disminuir fins a desaparèixer la permissivitat en la regla relacionada amb les formes de jugar la pilota: passos, dobles...; així com la permissivitat en la regla relacionada amb el comportament amb el contrari, buscant incidir en la utilització del tronc.

Així mateix, introdueixen la desigualtat numèrica i progressivament les mesures del terreny i les porteries s'assemblen a les propostes en el reglament de joc. No obstant això, continuen plantejant la distribució equilibrada del temps real de joc de cada jugador, de manera que tots juguen el mateix temps, així com la rotació de tots els jugadors/es en la funció de porter.

Finalment, consideren que en aquesta etapa la competició s'ha de considerar com a mitjà d'aprenentatge i mai com a recerca de rendiment. El moment de passar a l'etapa següent es produeix quan l'atac aconsegueix amb facilitat desbordar la defensa en dues línies.

Etap 3. Aprenentatge especialitzat

En aquesta etapa pretenen aprofundir en l'aprenentatge de l'esport, de manera que plantegen la millora dels mitjans tecnicotàctics individuals, els mitjans tàctics i els sistemes de joc. Per a poder continuar el procés d'ensenyament-aprenentatge consideren necessari l'ús de tècniques d'ensenyament més analítiques, ja que exigeixen un alt nivell d'eficàcia en l'execució tècnica, encara que no abandonen les estratègies mixtes i globals, que permeten no oblidar l'enfocament lúdic de l'aprenentatge.

Així, la instrucció directa i la recerca (resolució de problemes) conviuen com a mètodes d'ensenyament. Pel que fa al disseny de tasques, pretenen

que aquestes siguin més complexes que les de l'etapa anterior en cadascun dels mecanismes: perceptiu, etc. La major exigència tecnicotàctica i física la tradueixen en un procés d'especialització (llocs específics) de manera que els jugadors comencen a ser formats en diversos llocs específics.

En cada lloc específic, el jugador aprofundeix en els elements tecnicotàctics individuals propis, els mitjans tàctics col·lectius en els quals intervé i els rols i accions propis dins dels sistemes de joc. Els autors consideren com a negativa l'especialització només en tasques ofensives o defensives.

Pel que fa a l'organització del joc, consideren que en aquesta etapa la defensa ja ha de plantejar-se en un sistema defensiu d'una línia defensiva (o de dues, amb pocs jugadors en la segona línia) que se situe pròxima a la seua àrea de porteria.

El comportament dels defensors s'ha de caracteritzar per l'ocupació de zones determinades, llocs específics, adoptant major amplada o profunditat en funció de la situació de la pilota i de les característiques de l'oponent. Així mateix, han d'intentar recuperar la pilota i/o dificultar la progressió dels atacants i els seus possibles llançaments mitjançant els elements tecnicotàctics, principis tàctics individuals i mitjans tàctics col·lectius defensius.

Davant la recuperació de la pilota, inicien el contraatac. Consideren que l'atac s'ha d'organitzar en un sistema ofensiu de dues línies esglaonades, en què els atacants ocupen llocs específics, adoptant més profunditat i amplada, en funció de les seues pròpies característiques i de l'organització de la defensa contrària.

El seu comportament ha de regir-se per intentar conservar la pilota i marcar gol mitjançant la utilització dels elements tecnicotàctics individuals i mitjans tàctics col·lectius ofensius. Quan perden la possessió de la pilota han

de realitzar ràpidament el replegament per a ocupar els seus llocs específics defensius. Les regles del joc s'han d'acatar tal com especifica el reglament de joc, sense adaptacions.

4.2. Etapes de l'aprenentatge segons Torrescusa

Basat en el model proposat per Oliver i Sosa, Luis Carlos Torrescusa proposa, per la seua banda, les següents etapes d'aprenentatge per a l'handbol (taula 1.5 adjunta, Luis Torrescusa):